

Rückschau auf die Zukunft

Julia Kalenberg über den Weg aus der Krise hin zur Chance

ZIMMERWALD – Es geht nicht, einfach positiv zu denken, wenn man in einer Krise steckt. Es wäre in etwa so, wie wenn man bei einem Beinbruch einen Kamillentee kredenzt. Den Weg aus der Coronakrise zu finden ist für viele Klein- und Kleinunternehmer eine Herkulesaufgabe. Da scheinen die Gedanken von Julia Kalenberg wie Wander-Wegweiser am nebligen Berg auf unwegsamem Gelände.

«Positiv denken ist nichts, was man auf Knopfdruck machen kann: Schon gar nicht in einer Krise», weiss die Coaching-Fachfrau. Um in eine Aufbruchstimmung trotz schwerer Situation zu gelangen, braucht es einfach anwendbare, praktische Instrumente und konkretes Verhalten für den Alltag.

Fokussieren

Ein solches Instrument ist «das bewusste Erkennen was gut funktioniert und darin auch kleine Zeichen des Fortschritts sehen», erklärt sie. Sie definieren die Zukunftswege. In einem Team ist dieser Fokus besonders motivierend. «Man spricht vermehrt über das, was funktioniert, was man beeinflussen kann und wohin man gehen will», fasst die Unternehmerin zusammen. Man soll dort hinschauen, wo etwas trotz oder sogar wegen Corona funktioniert.

Den Weg einschlagen

Um handlungsfähig zu bleiben hilft es, über die gewünschte Zukunft zu sprechen. Es entsteht die Vorstellung, wie man gestärkt aus der Krise herausgegangen ist. «Was sieht man sich vor dem geistigen Auge wirklich selber machen? Wenn man dieses Zukunftsbild so detailliert wie möglich auf beobachtbares Verhalten herunterbricht, dann hat man ein kon-



Julia Kalenberg, die Meisterin der kleinen Schritte. | Foto: zvg/Daniela Haldemann

krete Ziel», erklärt die Expertin. Wenn man vom geistigen Auge zum Alltag zurückkehrt, kann man fortan beobachten, was für kleine Zeichen schon stattfinden, die in diese Richtung gehen. Der Zukunftsforscher Matthias Horx spricht dabei von «Regnose», was so viel bedeutet wie Rückschau auf die Zukunft.

Der Rucksack für die Strecke

Den Fokus kann man bewusst wählen. «Die Fragen, die wir uns selber und anderen stellen, kreiern unsere Wirklichkeit. Dieses gemeinsame Erschaffen der Wirklichkeit nennt Kalenberg Co-Kreation. Man muss sich mit Fokus nach bereits Funktionierendem umsehen, vielleicht sogar mal mit der Lupe suchen», verdeutlicht Kalenberg. Wenn man sich mit Kunden und dem Team über dieses «Funktionierende» unterhält, motiviert das alle zusammen. Das ist der Unterschied zum positiven Denken: Es findet in der Interaktion statt und nicht einfach in den Köpfen. «Wir sprechen hier von kleinen Schritten. Nimmt sich jeder etwas ganz konkret vor, so klein und so konkret wie möglich, dann entsteht daraus viel Energie,

den nächsten Schritt zu machen.» erklärt die Coaching-Expertin, die wegen dieser Optik auch schon als Meisterin der kleinen Schritte bezeichnet wurde. Schritt für Schritt aus dem nebligen, unwegsamem Gelände. Diese kleinen Ziele sind in der heutigen Businesswelt unterschätzt. Viele sind mit zu hohen Absichten unterwegs; mit schweren Steinen im Rucksack.

Sicherheit unterwegs finden

Ein international bekannter Berufskollege von Julia Kalenberg ist Mark McKergow. Ein bekanntes Zitat von ihm lautet: «Veränderungen finden immer statt, unsere Aufgabe ist es nützliche Veränderungen zu bemerken und sie zu verstärken.» Julia Kalenberg ergänzt: «Und sie wertzuschätzen und sie dadurch zu verstärken.» Bricht man das Ganze wieder auf den Alltag eines kleinen Unternehmens herunter, lautet ihre Botschaft: «Wenn ich als Chefin es schaffe, mein Team dafür zu motivieren mit der Lupe darauf zu achten, was funktioniert hat und diese Einstellung vorlebe, dann bin ich für das ganze Team inspirierend. Ein positiver Ansteckungseffekt ist das ganze Geheimnis.»

Aus dem Fokus, wird ein Weg, aus dem Weg wird Gewohnheit, wenn man diese einübt und konsequent praktiziert. Daraus wächst Sicherheit, Zuversicht und Wertschätzung. Positives denken allein wirkt dagegen fast schon ein wenig plump. Der Nebel lichtet sich, das Unwegsame macht nach und nach einem Weg Platz, der sich einladend durch die Zukunft schlängelt und dem geistigen Abbild zum Verwecheln ähnlich sieht.

Sacha Jacqueroud

■ INFO:

www.juliakalenberg.com

Zur Person:

SJ. Julia Kalenberg ist seit über 20 Jahren Unternehmerin. Sie berät, trainiert und coacht Firmen sowie Einzelpersonen, zeigt auf, wie sich unser Fokus auf die Zufriedenheit, Motivation und Leistungsfähigkeit auswirkt. Sie ist die Meisterin der kleinen und konkreten Schritte. Von ihrer Erfahrung und ihrem Engagement und ihrem lösungsfokussierten Vorgehen profitierten schon viele Unternehmungen – vor allem KMU – und Persönlichkeiten.